

# 為接受試管嬰兒治療婦女而設的 「身心健康工作坊」 新聞發佈會

香港大學社會工作及社會行政學系  
香港大學婦產科學系  
合辦



# 新聞發佈會內容

試管嬰兒治療與婦女身心健康

香港大學婦產科學系臨床教授・吳鴻裕教授

為接受試管嬰兒治療婦女而設的「身心健康工作坊」

香港大學社會工作及社會行政學系助理教授・陳凱欣博士

參加者經驗分享

G小姐

答問時間



# 試管嬰兒治療與婦女身心健康

吳鴻裕教授

香港大學婦產科學系臨床教授



# 香港輔助生殖技術普及化

根據香港人類生殖科技委員會的數據顯示，接受生殖科技程序的病人數目由2010年的8,668名，增加至2014年的12,206名。當中，體外受精及胚胎移植 [俗稱試管嬰兒(IVF)] 為生殖科技程序中最為普遍。

接受生殖科技程序的人數 (2010-2014)

	2010	2011	2012	2013	2014
病人數目	8,668	10,436	10,921	9,972	12,206
治療周期數目	11,631	13,874	14,182	12,856	16,218

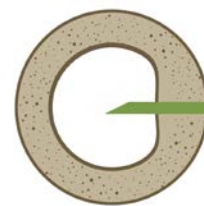
Council on Human Reproductive Technology (2010-2014). Reports and Statistics. Hong Kong.



# 體外受精 / 胚胎移植 (IVF-ET) 的成功受孕率

生殖科技程序	病人數目	治療周期	移植胚胎數目	臨床妊娠率	活產率
體外受精及胚胎移植	1,264	1,399	1.69	21.9%	17.9%
體外受精及細胞漿內精子注入法	3,771	4,604	1.86	18.1%	14.9%
凍融胚胎移植	3,357	4,495	1.84	32.3%	27.2%

體外受精的活產率約為**14.9-27.2%**，  
意味著許多不孕夫婦會在治療中經歷失敗。



# 體外受精及胚胎移植的過程繁複， 婦女在不同的治療階段經歷種種壓力。



66%有顯著心理負擔 (Wichman et al., 2011)

23.9%認為治療影響夫婦之間性關係 (Smith et al., 2011)

10%在治療失敗後出現抑鬱症狀 (Volgsten et al., 2010)

20.4%表現焦慮症狀 (Smith et al., 2011)

77%在治療期間需要心理輔導及支援服務 (El Kissi et al, 2013)

# 輔助生育心理輔導

在加拿大、澳洲、英國等國家，進行生殖科技程序的病人按當地法例，在治療前必須接受心理評估及輔導(mandatory counseling)。

香港的《生殖科技及胚胎研究實務守則》只要求生殖科技中心向進行生殖科技的人建議進行輔導服務及備有該等服務，但只屬自願性質。



# 香港大學瑪麗醫院輔助生育中心 輔助生育心理輔導服務

自2001年，香港大學社會工作及社會行政學系及婦產科學系在香港大學瑪麗醫院輔助生育中心開設全港首個輔助生育心理輔導服務，為不育夫婦提供心理評估及支援服務，紓緩焦慮及負面情緒，提昇他們的生活質素。





# 香港大學瑪麗醫院輔助生育中心 輔助生育心理輔導服務

團隊包括具專業訓練的醫務社工及輔導員，而醫護人員均接受了不孕輔導證書課程。

多年來進行了多項與輔助生育相關的社會心理及實證為本研究，並發展了一套為進行人工受孕的婦女而設的「綜合身心靈健康課程」。



# 「綜合身心靈健康課程」整體成效

婦女在參與綜合身心靈健康課程後，壓力及焦慮水平均有顯著的下降，生活質素也顯著改善。



生命意義  
婚姻關係滿意程度  
生活質素  
對不孕的接納感



焦慮徵狀  
沮喪及迷失感  
身體徵狀困擾  
不安感

# 為接受試管嬰兒治療婦女而設的 「身心健康工作坊」

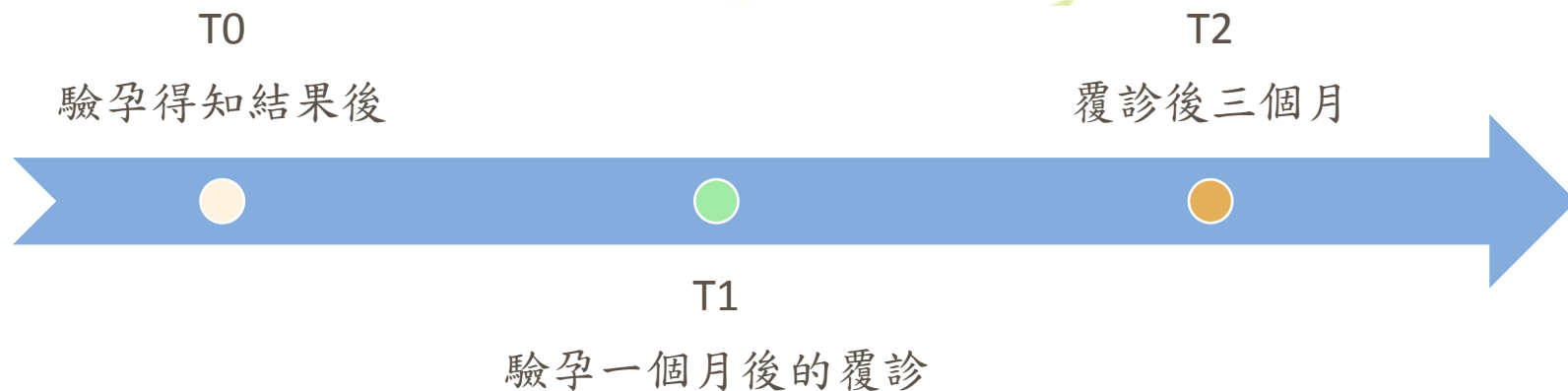
陳凱欣博士

香港大學社會工作及社會行政學系助理教授



# 婦女接受試管嬰兒治療期間的心理健康： 縱向研究

在2013至2015年期間，香港大學社會工作及社會行政學系和婦產科學系進行了全港首個追蹤研究，跟進了151名婦女不孕婦女，在經歷體外受精治療失敗後的的焦慮和抑鬱水平。



# 體外受精治療失敗後的**焦慮水平**

**39.1%**有明顯焦慮症狀(8分或以上)，  
並在往後幾個月持續 (T1：34.4%；T2：34.5%)。

焦慮水平 [人數 (%)]			
	驗孕得知結果後	驗孕一個月後的覆診	覆診後三個月
嚴重(11分以上) <sup>a</sup>	32 (21.2%)	21 (13.9%)	19 (12.6%)
邊界線(8-10分) <sup>a</sup>	27 (17.9%)	31 (20.5%)	33 (21.9%)
正常(8分以下) <sup>a</sup>	92 (60.9%)	99 (65.6%)	99 (65.6%)

<sup>a</sup> 醫院情緒量表

# 體外受精治療失敗後的抑鬱水平

**18.6%**有明顯抑鬱症狀(8分或以上)，  
並在往後幾個月持續 (T1：20.5%；T2：17.9%)。

抑鬱水平 [人數 (%)]			
	驗孕得知結果後	驗孕一個月後的覆診	覆診後三個月
嚴重(11分以上) <sup>a</sup>	9 (6.0%)	10 (6.6%)	9 (6.0%)
邊界線(8-10分) <sup>a</sup>	19 (12.6%)	21 (13.9%)	18 (11.9%)
正常(8分以下) <sup>a</sup>	123 (81.5%)	120 (79.5%)	124 (82.1%)

<sup>a</sup> 醫院情緒量表

# 研究結果

較多婦女在面對療程失敗後經歷焦慮 — 大部分婦女要再次面對進行治療的抉擇，因而存在擔憂及困惑。



由於現時為不孕婦女而設的輔導服務有限，部份婦可能因缺乏適切的心理評估及適時的介入而造成長期心理困擾。

# 等待治療結果的壓力和焦慮



由於懷孕結果存在**不確定性**，婦女在這期間經歷沉重心理負擔。婦女對懷孕抱有很高的期望，倘若療程失敗，情緒備受影響。



# 為接受試管嬰兒治療婦女而設的 自助心理介入模式

本港八成以上接受試管嬰兒治療的婦女為在職人士，有需要改善介入手法以迎合其生活規律及作息模式。

外國文獻指出，自助心理健康介入廣為婦女歡迎，也有效減低試管嬰兒治療期間的壓力<sup>1</sup>。

<sup>1</sup>Ockhuijsen, H, van den Hoogen, A, Eijkemans, M, Macklon, N, Boivin, J (2014). The impact of a self-administered coping intervention on emotional well-being in women awaiting the outcome of IVF treatment: a randomized controlled trial. Human Reproduction, 29(7), 1459-1470.



# 全港首個為接受試管嬰兒治療婦女而設的 自助「身心健康工作坊」

目的：

幫助正接受試管嬰兒治療的婦女掌握身心減壓技巧，  
以自助的方式紓緩焦慮情緒

對象：

1. 即將在三個月內接受試管嬰兒治療的婦女
2. 沒有子女
3. 流利廣東話及能夠閱讀中文

# 自助形式的「身心健康工作坊」

身心健康工作坊

十四天自助教材套

身心健康運動

穴位按摩

正向思維練習

冥想及呼吸練習



自助技巧教材



# 自助形式的「身心健康工作坊」初步成效

自2015年10月，共有42位準備進行試管嬰兒周期的婦女隨機參與了先導研究。初步結果顯示，介入組在參與了身心健康自助介入後，焦慮水平有顯著下降。

	自助介入前	自助介入後	焦慮水平差別 <sup>b</sup>
治療組	89.00	84.32	-5.26%
對照組	86.42	94.32	+9.14%

<sup>b</sup> 情境－特質焦慮量表



# 「身心健康工作坊」詳情

時間：星期三(晚上七時至九時半) 或星期六(上午十時至十二時半)

	星期三	星期六
五月	11/5、18/5	7/5、14/5、21/5
六月	1/6、8/6、22/6、29/6	4/6、11/6、18/6
其他月份工作坊時間將稍後公布		

地點：香港大學百年校園賽馬會教學樓

費用：全免

報名方法：即日起到網址 [http://bit.ly/ivf\\_hku](http://bit.ly/ivf_hku)，填寫問卷。  
由於名額有限，我們會以電腦隨機選出參加者。



自助形式的「身心健康工作坊」  
參加者分享

G小姐



# 答問時間



身心健康工作坊查詢，請聯絡王小姐  
(電話：3917 1160 | 電郵:angelawa@hku.hk)

傳媒查詢，請聯絡港大傳訊及公共事務處  
高級經理(傳媒) 尹慧筠小姐  
(電話：2859 2600 | 電郵：melwkwan@hku.hk)

